

# HORARI VIGENT DE L'1 DE SETEMBRE AL 31 DESEMBRE

HORARI	DILLUNS	DIMARTS	DIMECRES	DIJOUS	DIVENDRES	DISSABTE	
7.30-8.20	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>ZUMBA</b> (Marta Pla)	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>STRONG</b> (Marta Pla)	<b>G.A.C</b> (Marta Pla)		
08.00 -9.00	<b>IOGA</b> (Gemma)						
8.45 - 10.15				<b>IOGA</b> (Gemma)			
09.00 -09.50	<b>AQUAGYM</b> (Julieta)	<b>ENTRENO TRAVESSIES</b> (Marc)	<b>HIDRO GAC</b> (Julieta)	<b>ENTRENO TRAVESSIES</b> (Marc)	<b>AQUAGYM</b> (Julieta)		
		<b>HIPOPRESSIUS*</b> (Julieta)					
09.15 - 10.05	<b>STRONG</b> (Marta Pla)	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>G.A.C</b> (Marta Pla)	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>ZUMBA</b> (Marta Pla)		
10.00 - 10.50	<b>NAT. TERAPÈUTICA</b> (Julieta)	<b>AIGUA DOLÇA</b> (Marc)	<b>NAT. TERAPÈUTICA</b> (Julieta)	<b>AIGUA DOLÇA</b> (Julieta)			<b>SPINNING</b> (Monitors Rotatius)
10.25 - 11.15	<b>STRETCHING POSTURAL</b> (Marta Pla)			<b>STRETCHING POSTURAL</b> (Marta Pla)			
15.10 - 16.00	<b>PILATES</b> (Julieta)	<b>AQUAGYM</b> (Marta Fabrellas)	<b>PILATES</b> (Julieta)	<b>AQUAGYM</b> (Marta Fabrellas)			<b>BODY PUMP</b> (Juanjo)
	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>STRONG</b> (Anna Cordobés)	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>STEPS</b> (Anna Cordobés)			
16.10 - 17.00	<b>HIPOPRESSIUS*</b> (Julieta)	<b>HIP HOP</b> (12-18anys)					
17.10 - 18.00	<b>IOGA INFANTIL</b> 7 a 11 anys	<b>HIP HOP kids</b> (P4-2n)	<b>ZUMBA Junior</b> (3r-6é)	<b>HIP HOP Junior</b> (3r- 6é)	<b>ZUMBA kids</b> (P4-2n)		
	<b>G.A.C</b> (Marta Pla)	<b>STRETCHING POSTURAL</b> (Marta Pla)	<b>G.A.C</b> (Marta Pla)				
18.10 - 19.00	<b>SPINNING</b> (Juanjo)	<b>SPINNING</b> (Judith)	<b>SPINNING</b> (Juanjo)	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>STRONG</b> (Anna Cordobés)		
	<b>IOGA</b> (Gemma)	<b>ZUMBA</b> (Marta Pla)	<b>HIPOPRESSIUS*</b> (Julieta)	<b>ZUMBA</b> (Anna Cordobés)			
19.10 - 20.00	<b>SPINNING</b> (Judith)	<b>SPINNING</b> (Judith)	<b>SPINNING</b> (Cesc)	<b>SPINNING</b> (Sonia)	<b>SPINNING</b> (Judith)		
	<b>BODY PUMP</b> (Juanjo)	<b>PILATES</b> (Julieta)	<b>BODY PUMP</b> (Juanjo)	<b>PILATES</b> (Julieta)	<b>ZUMBA</b> (Anna Cordobés)		
20.10 - 21.00	<b>SPINNING</b> (Judith)	<b>SPINNING</b> (Victor)	<b>SPINNING</b> (Cesc)	<b>SPINNING</b> (Vicotr)			
	<b>ZUMBA</b> (Marta Pla)	<b>AERÒBIC</b> (Marta Pla)	<b>ZUMBA</b>	<b>STRONG</b>			
	<b>AQUAGYM</b> (Marta Fabrellas)	<b>ENTRENAMENT TRAVESSIES</b> (Marta Fabrellas)	<b>NAT. DE RENDIMENT</b> (Marta Fabrellas)	<b>ENTRENAMENT TRAVESSIES</b> (Marta Fabrellas)			
20.30 - 22.00				<b>ENTRENAMENT TRIATLÓ*</b> (Alex)			
21.10-22,00	<b>STRONG</b> (Marta Pla)			<b>STEPS</b> (Anna Cordobés)			

1. Dissabtes posteriors a dies festius no es realitzaran activitats dirigides.
2. Per realitzar l'activitat d'spinning s'ha de passar per secretaria a recollir el tiquet. A partir de 30 minuts abans.
3. Qui vulgui realitzar Spinning i surti d'una altra activitat dirigida, no se l'hi donarà tiquet fins 10 minuts abans de començar la classe.



\*ACTIVITAT DIRIGIDA NO OBERTA A TOTHOM. CONSULTAR A SECRETARIA